

低塩(食塩相当量1g以下/食)&スチコン調理でもおいしい!

## 業務用「Cook Do®」シリーズ

### 業務用「Cook Do®」豆腐と豚肉の和風炒め用



◆ 濃厚な鰹だしの風味に加え、  
ごま油やみそでコクを出した  
和風メニュー用調味料です。



豆腐と豚肉をはじめ

様々な和風メニューにご使用いただけます。

栄養成分表示  
(100g当たり)

エネルギー 250kcal  
たん白質 8.1g  
脂 質 17g

炭水化物 16g  
食塩相当量 8.0g

原材料名: 米みそ(国内製造)、ごま油、しょうゆ、でん粉、還元澱粉糖化物、食用大豆油、食塩、かつおエキス、発酵調味料、かつお節粉末、オイスターエキス、ポークエキス、かつお節エキス、こしょう、デキストリン、小麦発酵調味料、酵母エキス、宗田かつお節エキス、糖類(砂糖混合異性化液糖、ぶどう糖)、植物油/調味料(アミノ酸等)、糊料(キサンタンガム)、酸味料、(一部に小麦・大豆・豚肉・ごまを含む)

内容量: 1,120g 保存方法: 直射日光を避け、常温で保存してください。

### 業務用「Cook Do®」甘口麻婆豆腐用



- ◆ 辛みを最大限抑えつつ、オイスターソースやネギ油によりコク深く、風味豊かです。
- ◆ 独自に素材開発した高温で炒めた香りを配合しているため、スチコン等の簡便調理でも本格的においしく作れます。

<甘口麻婆豆腐>  
スチコン調理  
基本編



使い方動画は  
こちら!



レシピ大百科 PRO

味の素 業務用



LINE 配信中!

おすすめ  
レシピ

キャンペー  
ン情報

NEW!  
新商品  
情報

調味料  
プロの活用術

友だち追加は  
こちらから!

LINEアプリ内で  
検索! (AJINOMOTO 業務用)



味の素KK 業務用商品サイトはこちら <https://foodservice.ajinomoto.co.jp/>

お問い合わせ先  
味の素株式会社

東京支社 03(5798)8637  
関東支店 048(600)3783  
大阪支社 06(6449)5830  
中四国支店 082(247)2661

九州支社 092(451)2384  
名古屋支社 052(735)8460  
北陸支店 076(243)5211  
東北支社 022(227)3113

沖縄味の素(株) 098(868)5512  
北海道味の素(株) 011(643)4341

1545P

Eat Well, Live Well.

Aj  
AJINOMOTO

業務用



# 豆腐と豚肉の 和風炒め用

濃厚かつお味





# 様々なメニューバラエティ広がる!

業務用「Cook Do」豆腐と豚肉の和風炒め用

## メニューバラエティが広がる!

食べやすく、高たんぱくな豆腐との相性は絶妙!  
豆腐に味が深くからみ合い、  
主菜メニューなどの選択肢を  
飛躍的に広げます。



## 高いコスパで調理にお役立ち!

これ一本で味が決まるので、  
調味の手間や味ブレなどがなく、  
調理負担の軽減にもお役立ちします。



## 濃厚な鰹だしで

多くの人々が好む絶妙な味わい!

濃厚な鰹だしの風味、  
ごま油やみそを絶妙にブレンドし、  
多くの人になじみのある味わいに  
仕上がります。



## 食塩相当量0.96g\*

しっかりと味わい! ※1人分/パッケージメニューの場合  
だしがきいているので、  
わずかな使用量でも味がしっかりと引き立ちます。

## 1本約90人分!

スチコン調理にも最適!

約90人分の調理が可能です。  
加熱をすればとろみがつくので、  
スチコン調理でも味がしっかりと素材にからみます。



## 業務用「Cook Do」豆腐と豚肉の和風炒め用 ◆基本の作り方◆



### スチコン調理

#### ●材料(1人分)

- 豚バラ肉(ひと口大).....30g
- A 業務用「Cook Do」豆腐と豚肉の和風炒め用...12g
- 木綿豆腐.....100g
- B(冷凍・2~3cm角).....100g
- 小松菜(冷凍).....15g
- サラダ油.....2g

#### ●作り方

- ① ホットパンにオープンシートを敷き、Bを入れてサラダ油をからめ、もみ込んだAをのせて、スチコン コンビモード(200℃、湿度70%)で6~8分加熱する。
- ② ①をサックリと和え、器に盛りつける。



### フライパン調理

#### ●材料(1人分)

- 豚バラ肉.....30g
- 木綿豆腐(2cm角).....100g
- 小松菜.....15g
- サラダ油.....5g
- 業務用「Cook Do」豆腐と豚肉の和風炒め用.....12g
- 水.....12g

#### ●作り方

- ① フライパンに油を入れ、カットした豆腐をきつね色になるまで炒める。
- ② 豆腐を皿に取り出した後、豚バラ肉を炒め、色が変わったら、小松菜を入れる。
- ③ 小松菜に火が通ったら、豆腐を戻す。豆腐と豚肉の和風炒め用と水を入れてかき混ぜ、とろみが出るまで混ぜる。



## メニュー広がる! おすすめアレンジレシピ

### 和風肉野菜炒め



#### スチコン調理

#### ●材料(1人分)

- 豚こま切れ肉.....60g
- A 業務用「Cook Do」豆腐と豚肉の和風炒め用.....12g
- キャベツ(冷凍・ザク切り).....40g
- 玉ねぎ(冷凍・スライス).....20g
- B ビーマン(冷凍・細切り).....20g
- にんじん(冷凍・短冊切り).....10g
- ごま油.....2g

#### ●作り方

- ① ホットパンにオープンシートを敷き、Bを入れてごま油をからめ、よくもみ込んだAをのせてスチコン コンビモード(200℃、湿度70%)で5~8分加熱する。
- ② ①をサックリと和え、器に盛りつける。



#### フライパン調理

#### ●材料(1人分)

- 豚こま切れ肉.....60g
- キャベツ(冷凍・ザク切り).....40g
- A 玉ねぎ(冷凍・スライス).....20g
- B ビーマン(冷凍・細切り).....20g
- にんじん(冷凍・短冊切り).....10g
- 業務用「Cook Do」豆腐と豚肉の和風炒め用.....12g
- 水.....12g
- ごま油.....2g

#### ●作り方

- ① フライパンにごま油を入れて熱し、豚肉をこんがり焼くように炒める。
- ② ①にAを加えて炒め合わせ、Bを加えてさらに炒め、器に盛りつける。



### 鰹香る焼きうどん



スチコン調理

### 和風麻婆豆腐



スチコン調理

### 濃厚鰹だしの炒り豆腐



スチコン調理

商品名を指定して検索いただくのがスムーズです!



レシピ大百科.PRO

\*施設の条件(食材・食数・お好み)に合わせて、スチコンの条件(加熱温度・時間)、調味料の量などを調整ください。